

Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 29.04.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная геркулесовая	150/220	174/255,2
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/460	356,6/468,8
2 – ой ЗАВТРАК		
сок яблочный	150/180	47,8
Итого:	150/180	47,8
ОБЕД		
огурец консервированный	40/60	58,1/87,7
суп картофельный на м/к/б со сметаной	150/200	108,6/144,8
Капуста тушеная с мясом говядины	160/200	254,6/318,25
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	540/690	547,3/726
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Котлета рыбная / яйцо	60/80/40	78,2/104,3
Салат из свеклы с зеленым горошком	80/100	94,38/111,54
Чай сахаром	210	20,1
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	410/460	252,88/300,14
<i>соль поваренная пищевая йодированная 3/5</i>		
Итого за день ккал		1368,1/1757,74

Ответственный Э.А. Антонова Е.С.